

BACH フラワーレメディ

5月 20日(金) 13~19時) 個人コンサルテーション
 21日(土) 9~11時
 11~13時 セルフケア教室(基本講座)

○ それぞれ受講料は、お一人1000円(要予約) 個人コンサルテーションはお一人1時間

○ 健らいとでのフラワーレメディ講習会は、多くのお客様に広くご利用いただくためにすでに受講された方は、お申し込みいただいても初回の方にお譲りいただくことがあります。

*お願い フラワーエッセンスの性格上、化学物質に敏感な方も受講されます。防剤、香料(香水、ヘアスプレー等の化粧品の香料、柔軟剤の香料など)等の使用にご配慮くださいますようお願いいたします
 <仕組みと使い方、自分に合ったエッセンス選定>

◎ お申し込みは健らいとまで 開設日の1ヶ月前よりご予約受付いたします

下鴨こどもしょくどう



牛乳、卵は使いません

こどもがひとりでこられるしょくどう
お父さん、お母さんも一緒にどうぞ



場所 下鴨琴倉町61 ヴィタ下鴨

日時 4月9日(土)・4月23日(土)
午後12時~2時

参加費 こども 100円 おとな 500円

4月 メニュー

肉うどん、または
おぼろうどん
いなり寿司
デザート

下鴨こども食堂実行委員会

健らいと クッキング

卵・牛乳・小麦
アレルギー対応

手軽に使える豚薄切り肉の活用です
 ついつい食べ過ぎる手軽さが
 季節の野菜を添えてお召し上がりください
 ひと手間で美味しさ倍増団子スープとどうぞ

*ご希望の日をお問い合わせの上ご予約ください
 *昼食のみも承ります

お一人様 1000円(ご同伴ご家族はお一人500円)

4月のメニュー

☆ 薄切り豚肉の米粉唐揚げ

薄切り肉でカリッと揚げ、おつまみにも
お子さまのおかずにもぴったり

★ 高野豆腐の肉詰め煮

やさしい味の定番おかず
ほんのひと手間でボリュームもあります

☆ じゃがいも団子のスープ

揚げた団子入りのスープ
どなたにも食べやすい食感とほろく汁物

★ カップケーキ

ご家庭の食卓をより楽しく
お子さまも一緒にどうぞ!

